Generation Beziehungsunfähig von Michael Nast

VISIT...

LANZAROTE Caliente.com

Generation Beziehungsunfähig

Warum paarungsreife Großstädter immer seltener Familien gründen

Von Michael Nast



Buch (Komplettfassung)

Worum geht's

Warum bekommen Menschen in urbanen Szenebezirken immer später Kinder? Warum verschiebt sich das Durchschnittsalter in digitalen Partnervermittlungsbörsen wie Tinder immer weiter jenseits der 30? Generation Beziehungsunfähig (2016) ist kein psychologischer Ratgeber für paarungsreife, aber bindungsscheue Großstädter, sondern eine Bestandsaufnahme. Eine Analyse der Beziehungsfähigkeit im Jahr 2016, die der Frage nachgeht, warum sich die erwachsenen Kinder von heute noch immer nicht bereit für ihre eigene Familie fühlen.

Wer diese Blinks lesen sollte

Tinder-Versessene sowie Tinder-Abstinente
Menschen mit Bindungsschwierigkeiten
Ewige Singles, kinderlose Mittdreißiger und immer noch Junggebliebene

Wer das Buch geschrieben hat

Michael Nast ist gebürtiger Berliner und bringt in seinen beliebten Kolumnen für Millionen von Lesern die Stimmung seiner Generation auf den Punkt. Er hat zwei Plattenfirmen gegründet, als Art Director für diverse Werbeagenturen gearbeitet und schreibt heute neben seiner Kolumne auch internationale Bestseller wie Ist das Liebe, oder kann das weg? und Drehbücher.

Was drin ist für dich: Seltener Idealvorstellungen nachjagen und das echte Leben leben.

Stell dir vor, du würdest mit 18 Jahren deine erste Liebe heiraten, Kinder bekommen und den Rest des Lebens mit ihm oder ihr verbringen. Wem dieser bis vor Kurzem durchschnittsdeutsche Lebensentwurf irgendwie überhastet oder beklemmend vorkommt, der ist mit hoher Wahrscheinlichkeit nach 1975 geboren. Unsere Generation giert – gejagt von der permanenten Angst, etwas zu verpassen – nach Erlebnissen. Unsere Jobs und Wohnungen, Pläne und Lebensentwürfe verändern sich so schnell – wie soll das mit einer lebenslangen Beziehung vereinbar sein?

Was, wenn sich unser Partner im Laufe der Jahre doch als Langweiler entpuppt, der so unterwürfig ist, dass er am Ende sogar noch mit nach Australien auswandern möchte? Selbst serielle Monogamie – also die Treue zu aufeinanderfolgenden Liebespartnern – wird immer schwieriger vorstellbar, wenn einem Dating-Apps wie Tinder suggerieren, es gäbe so viel zu erleben, während man selbst mit dem Partner zu Hause sitzt.

In diesen Blinks erfährst du

Generation Beziehungsunfähig

Warum paarungsreife Großstädter immer seltener Familien gründen

Von Michael Nast



Buch (Komplettfassung)

Worum geht's

Warum bekommen Menschen in urbanen Szenebezirken immer später Kinder? Warum verschiebt sich das Durchschnittsalter in digitalen Partnervermittlungsbörsen wie Tinder immer weiter jenseits der 30? Generation Beziehungsunfähig (2016) ist kein psychologischer Ratgeber für paarungsreife, aber bindungsscheue Großstädter, sondern eine Bestandsaufnahme. Eine Analyse der Beziehungsfähigkeit im Jahr 2016, die der Frage nachgeht, warum sich die erwachsenen Kinder von heute noch immer nicht bereit für ihre eigene Familie fühlen.

Wer diese Blinks lesen sollte

Tinder-Versessene sowie Tinder-Abstinente
Menschen mit Bindungsschwierigkeiten
Ewige Singles, kinderlose Mittdreißiger und immer noch

Junggebliebene

Wer das Buch geschrieben hat

Michael Nast ist gebürtiger Berliner und bringt in seinen beliebten Kolumnen für Millionen von Lesern die Stimmung seiner Generation auf den Punkt. Er hat zwei Plattenfirmen gegründet, als Art Director für diverse Werbeagenturen gearbeitet und schreibt heute neben seiner Kolumne auch internationale Bestseller wie Ist das Liebe, oder kann das weg? und Drehbücher.

Was drin ist für dich: Seltener Idealvorstellungen nachjagen und das echte Leben leben.

Stell dir vor, du würdest mit 18 Jahren deine erste Liebe heiraten, Kinder bekommen und den Rest des Lebens mit ihm oder ihr verbringen. Wem dieser bis vor Kurzem durchschnittsdeutsche Lebensentwurf irgendwie überhastet oder beklemmend vorkommt, der ist mit hoher Wahrscheinlichkeit nach 1975 geboren. Unsere Generation giert – gejagt von der permanenten Angst, etwas zu verpassen – nach Erlebnissen. Unsere Jobs und Wohnungen, Pläne und Lebensentwürfe verändern sich so schnell – wie soll das mit einer lebenslangen Beziehung vereinbar sein?

Was, wenn sich unser Partner im Laufe der Jahre doch als Langweiler entpuppt, der so unterwürfig ist, dass er am Ende sogar noch mit nach Australien auswandern möchte? Selbst serielle Monogamie – also die Treue zu aufeinanderfolgenden Liebespartnern – wird immer schwieriger vorstellbar, wenn einem Dating-Apps wie Tinder suggerieren, es gäbe so viel zu erleben, während man selbst mit dem Partner zu Hause sitzt.

In diesen Blinks erfährst du,

warum du dich evtl. sogar mit Mitte 30 noch zu jung für eine Familie fühlst,

wie es zu dem überhöhten Stellenwert von Arbeit in unserem Leben kam, und

was WhatsApp mit Ernie aus der Sesamstraße zu tun hat.

Der Großteil unserer Gesellschaft liebt heute auf narzisstische Art und Weise.

So sehr sich die Geister bei rosaroten Romanzen wie Pretty Woman oder Dirty Dancing scheiden – im Grunde träumt doch jeder von der großen Liebe. Egal ob Tinder, Klubnacht oder zeitlose Zeitungsannonce: Am Ende ist es die Sehnsucht nach einer besonderen Bekanntschaft, die das flatterhaft flirtwütige Feiervolk Abend für Abend auf die Piste treibt. Aber was genau suchen wir da eigentlich?

Viele Menschen verwechseln Liebe heute mit einer Abhängigkeit von jemandem, der ihr gestörtes Selbstbild aufwertet. Es mag stimmen,

dass wir andere erst dann wirklich lieben können, wenn wir uns selbst lieben und respektieren. Aber in unserer eitlen und leistungsorientierten Gesellschaft, in der uns die Perfektion von jedem Werbebanner entgegenstrahlt, kann man sich schnell unzulänglich fühlen. Daher suchen wir nach Partnern, die uns mit ihrer Zuneigung schmeicheln – und verwechseln das mit Liebe.
Nehmen wir ein Beispiel aus dem echten Berliner Leben. Christian betrügt Sabine am laufenden Band, aber jedes Mal, wenn sie ihn verlassen will, packt ihn der Kampfgeist. Er fleht sie auf Knien an, bei ihm zu bleiben, und schwört ewige Liebe. Dabei liebt Christian Sabine gar nicht. Er macht keinen Hehl daraus, dass er Seitensprünge in Ordnung findet, und bemerkt dabei kaum, wie sehr Sabine unter seiner Untreue leidet. Er braucht nur das schmeichelhafte Gefühl, geliebt zu werden, und das Selbstbild eines Mannes, der für die Liebe kämpft.
Christian ist bei Weitem nicht der einzige, dem der Glaube an die eigene Einzigartigkeit beim Lieben im Weg steht. Unsere Eltern haben uns von klein auf eingetrichtert, wir seien etwas ganz Besonderes. Mit diesem aufgeblasenen Selbstbild sollen wir uns im Leben gut verkaufen und „etwas aus uns machen". Leider hindert uns diese extreme Ichbezogenheit aber daran, uns wirklich auf jemand anderen einzulassen. Schade, denn Liebe bietet unzählige Möglichkeiten, die Welt aus einer neuen Perspektive zu sehen und den eigenen Horizont zu erweitern. Stattdessen wollen sich viele krankhaft in diejenigen Eigenschaften ihres Partners verlieben, die zu ihrem Selbstbild passen, um sich z.B. begehrenswert, hip oder progressiv zu fühlen.
Das Problem ist also der Gedanke der Matches und Übereinstimmungen, die Vorstellung, dass immer alles so gut wie möglich zusammenpassen soll: Erst wenn wir aufhören, zwanghaft nach Gemeinsamkeiten zu suchen, können wir den anderen wirklich kennenlernen und erfüllende Beziehungen führen.

Tinder macht Dating zu Konsum.

Wohl kaum ein Satz schmerzt nach einer Trennung so sehr wie „Lass uns doch Freunde bleiben". Woran genau liegt das nur? Warum spendet die Phrase alles Mögliche, aber bestimmt keinen Trost?
Die Antwort ist im Grunde einfach: Freundschaften zwischen Männern und Frauen sind schwierig bis unmöglich, weil oft insgeheim doch Anziehung oder gar versteckte Gefühle im Spiel sind. Im Grunde haben zwischengeschlechtliche Freundschaften bei Heterosexuellen nur dann eine Chance, wenn beide kein sexuelles Interesse aneinander haben. Im Umkehrschluss bedeutet der berühmte Satz vom Freundebleiben also: „Ich begehre dich nicht mehr." Und das tut natürlich weh.
In der Serie How I Met Your Mother wird genau eine solche Situation dargestellt: Der Hauptcharakter Ted integriert seine Freundin Robin

erfolgreich in seinen Freundeskreis. Als sich die beiden irgendwann trennen, ist Robin daher nach wie vor allgegenwärtig. Das macht es Ted umso schwerer, über das Beziehungsende hinwegzukommen. Er leidet darunter, dass sie „nur“ noch Freunde sind.

Wenn du statt platonischer Freundschaft eher leidenschaftliche Romantik suchst, scheinen Dating-Apps wie das beliebte Tinder genau das Richtige zu sein, oder nicht? Tatsächlich ist Tinders vermeintlicher Vorteil des effizienten Kennenlernens ein großer Nachteil, der Dating in Konsum verwandelt und unsere Bindungsbereitschaft mindert: Die App zeigt dir etliche potenzielle Partner in deiner Nähe an und lässt dich mit einer einfachen Wischgeste ein Interesse bzw. Desinteresse an der anderen Person bekunden. Der Rest ist Geschichte und Tinder längst die mit Abstand erfolgreichste Dating-App im Lande. Das Problem an der enormen Effizienz ist, dass das Besondere und Unberechenbare am Kennenlernen verlorengeht. Die App verleitet dazu, Menschen wie Eissorten zu probieren. Wer auch die anderen Sorten und Optionen kosten möchte, kann sich natürlich schlecht festlegen und binden.

Da wäre z.B. Philipp, ein Freund von Michael Nast, der irgendwann in ein regelrechtes Suchtverhalten verfiel. Nachdem er innerhalb weniger Monate mit sage und schreibe 127 verschiedenen Frauen geschlafen hatte, merkte er, dass er im Rausch der Masse an Möglichkeiten von einem Erlebnis zum nächsten jagte. Er war weit davon entfernt, sich auf die Menschen hinter den Dates einzulassen.

Unser verzweifelter Drang, unsere Identität auszudrücken, geht auf Kosten unserer Beziehungen.

Als deine Eltern so alt waren wie du jetzt, wirkte ihr Leben mit hoher Wahrscheinlichkeit bereits viel gefestigter, quasi „erwachsener“. Sie hatten bereits Familie und Kinder, einen festen Job, ein Auto und vielleicht sogar ein eigenes Haus. Du dagegen lebst noch immer in deiner WG und fühlst dich nach wie vor irgendwie zu jung für die Verbindlichkeit einer Familie. Woran liegt das?

Daran, dass wir heute auf der Suche nach Jobs und Lebensstilen sind, die perfekt unsere Individualität ausdrücken. Der Weg unserer Eltern war damals klar vorgezeichnet: erwachsen werden, einen Beruf wählen, heiraten, Kinder kriegen, fertig. Heute drehen sich unsere flexiblen und ungewissen Lebenslaufbahnen immer stärker um das Berufliche. Unser Job soll nicht irgendeine stupide Routinetätigkeit sein, sondern uns unseren Träumen näher bringen und unserer Persönlichkeit Ausdruck verleihen.

Alles in unserem Leben wird Teil der Darstellung unserer ganz individuellen Persönlichkeit: die Kleidung, die wir tragen, die Stadt, in der wir leben, und die Musik, die wir hören. Wir streben nach geradezu universeller Selbstverwirklichung und lassen nie ganz los. Weil es so

etwas wie Perfektion aber nicht gibt, kommen wir nirgends richtig an. Dabei bleiben vor allem unsere persönlichen Beziehungen auf der Strecke.
So zum Beispiel Christoph: Er fiel aus allen Wolken, als seine Freundin vor einem Monat mit der Begründung Schluss machte, er sei schlichtweg beziehungsunfähig. Sie habe sich gefühlt, als sei sie mit einem alleinstehenden Workaholic zusammen, der die Arbeit immer über sie und alles andere stellte. Und Christoph sah es ein: Um sich als Journalist mit einer glänzenden Karriere selbst zu verwirklichen, ließ er die Grenzen zwischen Beruf und Privatleben zunehmend verschwimmen. Er arbeitete hart und war Tag und Nacht erreichbar, immer online. Das hielt die Beziehung nicht aus. Christoph traf schlussendlich die Entscheidung, wieder in eine WG zu ziehen, um sich ganz auf seinen Job konzentrieren zu können.
Schuld daran ist auch, dass bewährte Lebensentwürfe und Karrierestrategien heute so schnell veralten, dass jeder seinen eigenen Weg finden muss. Früher galt ein BWL-Studium als sicherer Weg in eine komfortable Zukunft. Aber heute ist das Leben viel weniger planbar und BWL alleine macht auch nicht glücklich. Der Drang zur Individualisierung macht es daher nicht eben einfacher, emotional zur Ruhe zu kommen.
Unsere auf Kinderlosigkeit ausgerichtete Gesellschaft lässt uns jünger fühlen, als wir sind.

Testfrage: Falls du nicht bereits Kinder hast – würdest du sagen, du fühlst dich aktuell bereit dazu, eine Familie zu gründen? Falls nicht, wartest du vielleicht wie viele andere auf den „richtigen Moment“? Was, wenn unsere Gesellschaft es sogar belohnt, dass wir das Kinderkriegen immer weiter aufschieben?
Der gesellschaftskonform maßgeschneiderte Bürger hat keine Kinder. Kinder schränken ihn als Arbeitnehmer in seiner Flexibilität ein. Er kann keine Überstunden mehr schieben und nicht mehr aus reinen Karrieregründen den Wohnort wechseln. Er kann nicht mehr ungebunden zwischen etlichen Jobs wechseln und sehnt sich nach der Sicherheit eines festen und regelmäßigen Einkommens, um seinen ungleich sicherheitsbedürftigeren Nachwuchs ernähren zu können. Dazu kommt, dass die meisten von uns für einen so einschneidenden Schritt wie das Kinderkriegen den perfekten Partner finden wollen. Da aber niemand perfekt ist und die Anforderungen im Job mit jedem weiteren Jahr ebenfalls größer werden, will der richtige Moment einfach nicht kommen.
So schieben wir den Schritt zur familiären Verantwortung von Generation zu Generation weiter und weiter hinaus und fühlen uns Umfragen zufolge im Durchschnitt acht Jahre jünger, als wir wirklich

sind. Als Teenager haben wir mit einer Mischung aus Ehrfurcht und Respekt zu den 30-Jährigen hinaufgeschaut, die als verheiratete Eltern so wahnsinnig erwachsen wirkten. Dann ist man plötzlich selbst 30 und verschiebt die Vorstellungen vom Erwachsensein auf jenseits der 40.

Durch längere Ausbildungszeiten und Auslandsaufenthalte treten wir auch später als frühere Generationen ins Berufsleben ein. Das führt dazu, dass wir uns immer noch jung und irgendwie unfertig fühlen. Wir zimmern uns Idealvorstellungen von jeder Lebensphase zusammen, denen wir dann jahrelang erfolglos hinterherjagen, ohne je richtig anzukommen.

WhatsApp und YouTube verstärken unsere Unzufriedenheit, Unsicherheit und Bindungsunfähigkeit.

In einer Folge der Sesamstraße ist Ernie mit einem Freund verabredet. Doch als er zur vereinbarten Zeit vor der Haustür des Freundes steht, öffnet lange Zeit niemand. Ernie grübelt, warum ihn der Freund warten lässt, und steigert sich derartig in negative Gedanken hinein, dass er immer wütender wird und gar ihre Freundschaft hinterfragt. Als ihm der Freund schließlich öffnet, kündigt Ernie ihm brüllend die Freundschaft.

Was eine Szene aus einer Kindersendung mit modernen Beziehungsproblemen zu tun hat? Sie ist geradezu symptomatisch für die Fallstricke digitaler Kommunikationsmittel wie WhatsApp und Facebook. Chats und Kurznachrichten sind oft mehrdeutig und missverständlich. Wir denken darüber nach, was der andere sich mit seiner Nachricht oder Reaktion gedacht haben könnte, ziehen vorschnelle Schlüsse und sind am Ende ob unserer eigenen Gedanken beleidigt. Lesebestätigungen lassen uns darüber grübeln, warum jemand unsere Nachricht zwar gelesen, aber nicht gleich beantwortet hat. Wir stellen Vermutungen an, die wir ungeprüft für die Wahrheit halten und uns entsprechend zu Herzen nehmen.

Obendrein macht uns YouTube noch ästhetikfixierter und unzufriedener als wir ohnehin schon sind. Unser modernes Wirtschaftssystem strebt nach ständiger Optimierung von Produkten und Prozessen. Diese Jagd nach Wachstum verändert auch unseren Lebensstil: Erstens animiert uns die allgegenwärtige Werbung dazu, immer mehr zu konsumieren. Zweitens greift der Perfektionsdrang und Optimierungswahn auch auf unser Privatleben über. Weil wir uns unaufhörlich selbst verbessern, fühlen wir uns nie fertig und erwachsen genug, uns auf etwas einzulassen, was noch nicht unserem Maßstab von einer perfekten Beziehung entspricht.

YouTube-Channels mit Beauty- und Modeformaten boomen wie nie zuvor und verstärken beide Tendenzen. Vlogger und Influencer sind die Vorbilder der heranwachsenden Generation. Befremdlich daran ist, dass ihr vermeintlich perfektes Instagram-Bilderbuchleben letztlich nur

eine gekünstelte Inszenierung ist, in der sich affektierte Selbstdarsteller vor den Karren der Konsummaschine spannen lassen. Manchmal ist es vielleicht am besten, wenn man aufhört, sich den Kopf über kryptische Posts und Chatnachrichten zu zerbrechen, und ganz analog und ganz echt einfach mit seinen Freunden spricht!

Zusammenfassung

Die Kernaussage dieses Buches ist:

Wie kommt es, dass viele paarungsreife Großstädter heute auch mit Mitte 30 noch bindungsunfähig sind? Grund dafür ist, dass uns die Gesellschaft zu selbstbezogenen Individualisten erzogen hat, die ganz im Sinne der optimierungswütigen Konsumwirtschaft nach besonderen Berufen und dem perfekten Partner suchen. Solange wir in Tinder-Dates überzogenen Idealvorstellungen hinterherjagen, werden wir uns nie auf echte Menschen und echte Beziehungen einlassen.

Was du konkret umsetzen kannst:

Pack dein Smartphone weg.

Wenn du das nächste Mal auf der Suche nach der großen Liebe bist, dann schau dir doch während der U-Bahn-Fahrt statt irgendwelcher Posts die anderen Fahrgäste an. Hör auf, Sprüche wie „Lebe dein Leben“ und „Mach das Beste aus jedem Tag“ zu liken, und gib dich lieber selbst dem echten Leben hin. Vielleicht begegnet dein Blick ja sogar einem interessanten Menschen, den du mit deinem Lächeln von seinem Smartphone weglocken und in deinen ganz analogen Bann ziehen kannst.

Buch im Amazon Shop